Дата: 20.10.2021

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: ТБ під час виконання л/а та ігрових вправ. Стройові вправи. Спеціальні л/а вправи стрибуна, метателя. Повторення стрибків у довжину з розбігу. Метання малого м'яча з розбігу.

Про матеріал:

Рекомендації щодо дотримання техніки безпеки при самостійном виконуванні фізичних вправ в домашніх умовах на період карантину:

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI&amp;t=92s>

Метання малого м'яча з розбігу: <https://www.youtube.com/watch?v=geaWSZPLMw4>

Комплекс вправ для стоп і ніг :

<https://www.youtube.com/watch?v=OO-_a_qHkSw>

Домашнє завдання:

Повторити руханку під музику вдома:

<https://www.youtube.com/watch?v=0Jpn6UvraBo&t=97s>